

## 問 健康増進課（保健センター） ☎720-5000

「伊奈町保健事業のお知らせ」と併せてご覧ください。

内：内容 場：場所 対：対象 定：定員 持：持ち物 費：費用 申：申込み

### ♥ 予防接種 ※予防接種でご不明の点は、健康増進課（保健センター）にお問い合わせください。

- 各種予防接種については、「伊奈町保健事業のお知らせ」または町ホームページをご確認ください。
- 転入などで予診票をお持ちでない方は、母子手帳を必ずご持参のうえ、健康増進課（保健センター）にお越しください。
- 予防接種の際は、保護者の同伴が必要です。特別な理由で同伴できない場合は委任状が必要となりますので、健康増進課（保健センター）に取りにお越しください。



### ♥ 母子保健 お母さんと赤ちゃんの健康のために

場 保健センター

名称	実施日	内容・対象・持ち物	受付時間	備考	
乳児健康診査	9/9(金)	対 令和4年5月生	13:10 ~13:50	申 当日直接会場へ ※対象児には個別通知します。	
	10/14(金)	対 令和4年6月生			
1歳6か月児健康診査	9/16(金)	対 令和3年2月生			持 母子手帳、 質問票（はがき）、 バスタオル
	10/21(金)	対 令和3年3月生			
3歳児健康診査	9/6(火)	対 平成31年4月生			持 母子手帳、 アンケート用紙、 尿、バスタオル
	10/4(火)	対 令和元年5月生			
乳児相談	9/9(金) 10/14(金)	内 身体計測、育児全般の相談 対 1歳未満の乳児 持 母子手帳、おむつ、バスタオル	予約制	申 前日まで予約受付 ※身体計測のみの方も同様	
育児相談	9/16(金) 10/21(金)	内 身体計測、健康・育児・栄養などの相談 対 1歳以上の未就学児 持 母子手帳、おむつ、バスタオル			
幼児相談	9/30(金) 10/28(金)	対 発育・発達などの面で気になる方 持 母子手帳			
両親学級	9/17(土)	内 赤ちゃんの保育やお風呂の入れ方など 対 妊娠8~9か月の初妊婦と夫 持 母子手帳、筆記用具	9:00 ~9:10	申 予約制 ※参加人数が上限に達した場合受付終了	
母親学級	9/7(水) 9/14(水) 9/21(水)	内 出産までの健康管理と準備、乳児の保育の指導などを3回に分けて行います。 対 初妊婦の方 持 母子手帳	13:05 ~13:15	申 予約制	
妊婦歯科健診	9/21(水)	内 歯科医師による歯科健診 対 妊娠中の方 持 母子手帳	13:20 ~13:45	申 予約制 ※母親学級3日目と併用可	

### 健康 一回のみ

#### 更年期障害

卵巣は、女性の下腹部、膀胱の裏側にある子宮のさらに裏側に左右1個ずつある親指大の組織です。卵巣は、赤ちゃんのもとになる卵子を育てたり、女性ホルモンを分泌する器官です。

卵巣は、早ければ10歳、遅くとも18歳までには初潮を迎え、その後、活発に働き女性の体調管理をしてくれます。思春期、成人、出産、育児を経てやっと一段落したころ、だいたい45歳前後からでしょうか？気がつくと、顔がほてったり、寝汗をかいたり、イライラしたり、動悸、めまい、肩こり、やる気がなくなったり、眠れなかったり、といったさまざまな症状が出てくる場合があります。これらさまざまな不定愁訴の原因が、卵巣の機能の低下に関係する場合があります。これを更年期障害と呼びます。昨今、40代50代の働き手の女性の10人に1人がこのような症状に悩まされ相談口もなく退職する道を選んでしまいます。更年期離職と呼ばれ、年間4,200億円の経済損失となっています。

さて、このような更年期障害は、ホルモンのバランスの低下により起きるので、採血等の検査では確定ができません。あくまでもみなさんの臨床症状から推測する病なのです。

治療法は、漢方薬や精神安定剤のような対症療法からホルモン療法とさまざまですが、一人で悩まれることなく産婦人科を受診され適切な治療を受けることをおすすめします。是非、子宮がん検診とセットでお受けになってみてください。また、ホルモン療法といわれると副作用の点から敬遠される方が多いのですが、定期的な採血や乳がん検診を受けることで安心して使用が可能です。また、剤形も飲み薬以外にも近年は、塗り薬、貼り薬等いろいろありますのでみなさんの状態に応じた治療が可能です。

更年期障害を含め月経によるトラブルは女性がだれでも長年にわたり経験するストレスの一つです。快適なライフスタイルをストレスなく過ごせるよう遠慮なく産婦人科医に相談していただくことをおすすめいたします。

（提供：（一社） 桶川北本伊奈地区医師会）

# 健康ガイド

## ♥成人保健 毎日の健康のために

場 保健センター

名称	実施日	内容・対象	受付時間	備考
健康相談	9/21(水) 10/19(水)	内 保健師・栄養士による血圧測定、健康・栄養相談など 対 町民の方	10:00 ～11:00	☑当日直接会場へ
こころの健康相談	9/28(水) 10/26(水)	内 相談員と保健師が、家族関係や職場での悩みなどの相談に応じます。 対 町民の方	予約制	相談時間は、お問い合わせください。

## + 休日当番医

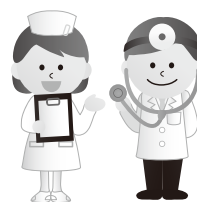
診療時間 9時～17時

月日	医療機関名	診療種類	所在地	電話番号
9/4 (日)	内田クリニック	外/内/整	伊奈町	728-9296
	埼玉県央病院	内/外	桶川市	776-0022
	本藤整形外科	整/リウ/リハ/皮	北本市	048-592-7667
9/11 (日)	栗原クリニック	内/循/小	桶川市	786-2168
	埼玉県央病院	内/外	桶川市	776-0022
	北本共済病院	内/消/胃/外/整/泌	北本市	048-591-7111
9/18 (日)	伊奈病院	内/外	伊奈町	721-3692
	川田谷クリニック	外/内/胃/皮/リハ	桶川市	787-2531
	まつぎき整形リウマチクリニック	整外/リウ/内	北本市	048-540-6463
9/19 (祝)	金崎内科医院	内/糖尿病内/小	伊奈町	728-8550
	埼玉県央病院	内/外	桶川市	776-0022
	伊藤クリニック	胃/外/内/整/リハ/皮/泌	北本市	048-593-5588
9/23 (祝)	伊奈 ent クリニック	耳/アレ	伊奈町	724-1133
	埼玉県央病院	内/外	桶川市	776-0022
	大久保医院	内	北本市	048-591-8171
9/25 (日)	伊奈病院	内/外	伊奈町	721-3692
	桶川 K・N クリニック	麻/整	桶川市	787-7715
	山崎医院	小/内	北本市	048-591-2244
10/2 (日)	朝日内科歯科医院	内/小/消	桶川市	774-9385
	埼玉県央病院	内/外	桶川市	776-0022
	青木クリニック	内/循/呼/小	北本市	048-592-1033

※受診の際は、各医療機関にお問い合わせください。

※桶川・北本・伊奈地区で広域的に実施しています。

※広報掲載のあと、当番医の変更が生じる場合があります。各新聞の埼玉版休日当番医欄も参照のうえ、お出かけください。



## い～な！健康マイレージ対象事業

### 骨密度測定を実施します

【事前予約制】

実施日	番号	受付時間	定員
10月13日(木)	①	9時～9時30分	各15名
	②	9時30分～10時	
	③	10時～10時30分	
	④	10時30分～11時	
	⑤	11時～11時30分	
	⑥	11時30分～12時	
	⑦	13時～13時30分	
	⑧	13時30分～14時	
	⑨	14時～14時30分	
	⑩	14時30分～15時	
	⑪	15時～15時30分	
	⑫	15時30分～16時	

内 前腕部のX線照射による骨密度測定

場 保健センター

対 20歳以上の町民

※妊娠中の方または昨年度に同一の測定をした方はご遠慮ください。

費 500円

申 9月8日(木)から健康増進課窓口または電話

※い～な！健康マイレージカードをお持ちの方はご持参ください。

※発熱など体調不良の時には来所をお控えください。

※マスクの着用や咳エチケット、手指消毒などのご協力をお願いします。

## 小児の急病・けがに

●小児初期救急当番医 (月～土曜日20時～22時、祝日除く)

平日の夜間にお子さんの急病・けがなどが発生した場合、桶川・北本・伊奈地区の当番医が診療します。

場 伊奈町消防本部・署  
☎722-8111

●小児救急電話相談

☎#8000 (NTTのプッシュ回線、携帯電話をご利用の場合) または

☎833-7911 (IP電話・ひかり電話・ダイヤル回線をご利用の場合)